

平成29年度 第3回京都市民健康づくり推進会議
身体活動・運動に関する行動指針推進部会 摘録

1 日時 平成30年3月12日（月）16:00～17:00

2 場所 職員会館かもがわ3階 大多目的室

3 次第

(1) 開会挨拶 京都市保健福祉局健康長寿のまち・京都推進室長 原田 孝始

(2) 議事

① 身体活動・運動に係る平成29年度取組状況（京都市分）について

事務局	● 資料3 の説明
議長	○ 先日、都道府県別に健康寿命が算出され、滋賀県が1位になったが、京都市として何か検討していることはあるか。
事務局	● 平成22年度は京都市の健康寿命も算出されていたが、平成25年度以降は都道府県しか算出されていない。京都府の順位が低いため、おそらく京都市も低いと思われるが、どのように健康寿命を算出するかが課題であると考えている。 健康寿命が算出できるのであれば、今後計画に位置付けてどのように対策していくのか検討していきたいと考えている。
学識経験者	○ 「京ロコステップ+10」とは、どのようなプログラムか。
事務局	● ロコモ予防の運動プログラム。日常生活にプラス10分身体を動かすことを推奨している。

② 身体活動・運動に係る平成29年度取組状況及び平成30年度取組予定（構成団体分）について

出席団体	○ 順番に資料に沿って説明 ○ 以下、質疑応答
学識経験者	○ 老人クラブは会費のみで運営を行っているのか。 また、ウォーキング等への参加者は同じ人が参加しているのか。
すこやかクラブ京都	○ 資金面は会費と国からの補助金で運営している。 すこやかクラブの運営は、基本的にボランティア活動となっており、役員

学識経験者	<p>は60～70歳代の方を中心に担っていただきたいが、実際には80歳代の方が多く、新しいリーダー発掘が課題となっている。</p> <p>参加者はリピーターが多い。リピーターには、新しい人を誘っていただけるように声かけを行っているが、なかなか難しい。</p>
議長	<p>○ 参加者の高齢化や、リピーターが多いことは、どこでも同様の課題を抱えている。</p>
京都市健康増進センター	<p>○ 京都大学で取り組んでいる、ヘルシーキャンパスの取組では、あえて今回の参加を呼びかけなかった。</p> <p>○ 筋トレボランティアについても、同様の課題がある。新しく加入した方が先輩ボランティアに「違う」と言えない環境になってしまっている部分がある。</p>

③ 「健康長寿・笑顔のまち・京都推進プラン」について

事務局	<p>● 資料5の説明</p>
市民委員	<p>○ プランについては今まで十分検討されており、また、パブリックコメントの内容も反映されているため、この内容でよいと思う。</p> <p>今後の活動としては、地域住民が地域での活動に参加しているため、プランの実施に向けては、地域コミュニティをいかに動かせるかが課題だと思う。</p>
事務局	<p>● 地域コミュニティを通じた健康づくりについては、16ページに記載しており、地域の方がどのように動きやすくするのが非常に重要であると認識している。</p>
京都市保健所	<p>○ 健康づくりサポーターについては、区役所・公園等での活動を活発にしている。また、今年度、いくつかの区で大学との連携を実施した。ヘルシーキャンパスで各大学のネットワークができるということのため、引き続き大学と連携して様々な取組を実施していきたい。</p> <p>職域については、今後の取組になるため、協会健保等と連携して取り組んでいきたいと考えている。</p>
議長	<p>○ 今後、新しい取組が開始された時には情報提供をお願いしたい。</p>
学識経験者	<p>○ 大学や市が講演会を主催すると、参加者が満員になる。大学の場合、地域に根差すというより、ボトムアップを行う役割があると常々思っている。ど</p>

	<p>のような役割を担うとよいのか模索した方がよいかもしれない。</p>
議長	<p>○ 色々な取組を実施している団体に、大学の活用の仕方を提案してもらえる関係ができればよいかもしれない。</p>
議長	<p>○ プランはどのようなボリュームを想定しているのか。中味はとても素晴らしいので、いかにエッセンスを絞ってメッセージとして伝えるのが次の課題になると思う。</p>
事務局	<p>● 現在の資料のボリューム感を想定している。 さらに多くの市民の方に見ていただけるよう概要版を作成し、周知することを考えている。</p>
議長	<p>○ 概要版は33ページ以降から内容を抜き出すのか。</p>
事務局	<p>● 個別の分野は分野毎にパンフレットを作成している。 プランとしては、全ての分野をまとめた概要版と、個別事情に応じ、どのような内容のメッセージを出していくのが課題であると考えている。</p>
議長	<p>○ 印刷物はページを少なくしたものを作成し、冊子はホームページに掲載してはどうか。</p>
事務局	<p>● プランや冊子を見て、行動を変えていただかなければいけないので、どのようにして生活を変えるメッセージを伝えるとよいのか、日々悩んでいる。 本日いただいた意見を参考にしたい。14ページは具体的な取組例をまとめており、文字を多く記載したり、難しいことを記載せずに伝える方法を検討したい。</p>
議長	<p>○ あとは、メディアに取り上げられるような取組を実施することが大切だと思う。</p>
事務局	<p>● 大企業が京都市と一緒にアプリを使用して歩数競争している、大学対抗で競っているなど、おもしろい事例が積みあがると、全国に発信できる。</p>
議長	<p>○ 各団体が市と一緒に話題性のある取組を繰り返し実施することが大切だと思う。</p>